



**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ СТОИМОСТЬЮ**  
**188,00 РУБ (ЗАВТРАК- 68,50 РУБ, ОБЕД - 119,50 РУБ)**

" 26 " 01 2022 г.

3 день								
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,9	8,8	18,9	173	
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116	
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	84,8	
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	56	
Итого за прием пищи:			500	15,5	15,8	81,2	482,2	
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	60	1,0	7,6	7,8	73,0	
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,8	6,2	8,9	97	
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	90	13,4	7,6	8,7	175	
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191	
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22,0	92,7	
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:			735	26,8	27,4	101,7	742,3	
Всего за день:				42,3	43,2	182,9	1 224,5	

Зав.производством:

Калькулятор: